

此生必去的 95个日本秘境

【日】吉田友和 松冈绘里 著 杨凡 译



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

【日】吉田友和 松冈绘里 著 杨凡 译

此生必去的 95个日本秘境



人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

此生必去的95个日本秘境 / (日) 吉田友和, (日) 松冈绘里著; 杨凡译. — 北京: 人民邮电出版社, 2016.9

ISBN 978-7-115-43180-6

I. ①此… II. ①吉… ②松… ③杨… III. ①旅游指南—日本 IV. ①K931.39

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第172250号

版权声明

SEKAI MO ODOROKU NIPPON-RYOKO 100

Copyright © 2013 by Tomokazu YOSHIDA & Eri MATSUOKA

Illustrations by Teppei NAKAO

Interior design by Emiko MIYAZAKI

All rights reserved.

Original Japanese edition published by PHP Institute, Inc.

This Simplified Chinese edition published by arrangement with PHP Institute, Inc., Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo Through Beijing Kareka Consultation Center, Beijing

内 容 提 要

本书详细介绍了日本47个都道府县的95个具有不同特色主题的绝妙旅行目的地,而非一般旅游指南中推荐的众所周知的景点。全书分为“水源清澈干净”“近代遗迹”“日本的腹地”“寺庙和神社”“日本的集市”“日本诸岛”“异国氛围”“感受春意”“雪景”“海港城市”“不可思议的名所”“独特的地形”“水族馆”和“历史”14个篇章,策划了现代艺术、花、动漫胜地、自行车四大主题之旅,所有景点和照片均由作者实地取材和拍摄,对每个景点都推荐了适合游览的季节,进行了美观度、知名度、好奇心、人口稠密度、车辆需求度五个方面的星级评测,并提供了实用的行车路线。本书是日本自助旅行者及深度旅行者的上佳指南。

-
- ◆ 著 [日] 吉田友和 松冈绘里
译 杨 凡
责任编辑 孔 希
责任印制 周昇亮
- ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京缤索印刷有限公司印刷
- ◆ 开本: 690×970 1/16
印张: 12 2016年9月第1版
字数: 360千字 2016年9月北京第1次印刷
- 著作权合同登记号 图字: 01-2015-5762号
-

定价: 59.80元

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京东工商广字第8052号

目录

- 002 前言
- 004 为了充分享受旅行的快乐，
在日本旅行需要注意的五个要点

CHAPTER 1 [水源清澈干净]

再次发现日本美景之旅

The Japan! 能跳舞又能游泳的城镇

郡上八幡(岐阜县)

请带上画笔或相机

奥入瀬溪流(青森县)

红叶盛开的多彩季节

五色沼泽(福岛县)

养育人类的河流

四万十川(高知县)

富士山脚的泉水

柿田川涌水群(静冈县)

欢迎来到日本第一沙滩

宫古岛(冲绳县)

小船流水人家

柳川(福岡县)



推荐季节



春



夏



秋



冬

本书阅读方法



=吉田友和·执笔



=松冈绘里·执笔

主观评价★★★★★

- | | |
|---------|-------------------|
| (美观度) | 单纯景色的美观程度 |
| (知名度) | 社会上的知名度、关心度 |
| (好奇心) | 满足了多少好奇心的程度 |
| (人口稠密度) | 指人口的多少 |
| (车辆需求度) | ★S为需要开车, ★I为不需要开车 |



CHAPTER 2 [近代遗迹]

最合适的关键词 就是“复古情调”

产业大国的发祥地

富冈制丝厂(群馬县)

北国大地酿造的美味

余市威士忌蒸馏所(北海道)

在晴朗的日子里寻访野马和灯塔

尻屋崎灯塔(青森县)

日本欢迎您!

迎宾馆(东京都)

从这里出发的舰队

旧舞鹤镇守府仓库群(京都府)

充满神秘氛围的日本街道

吹屋(冈山县)

027

028

030

032

033

034

036

CHAPTER 3 [日本的腹地]

走入与手机 无缘的世界

“日本的提洛尔”是真正的提洛尔吗？

远山乡（长野县）

无暇顾及出云神社的出云之旅

奥出云（岛根县）

值得收藏的秘密温泉

北温泉（栃木县）

不是樱花绽放时的赏樱名所

吉野山（奈良县）

真正的仙境

静峡（和歌山县）

诗人们的伤心马场

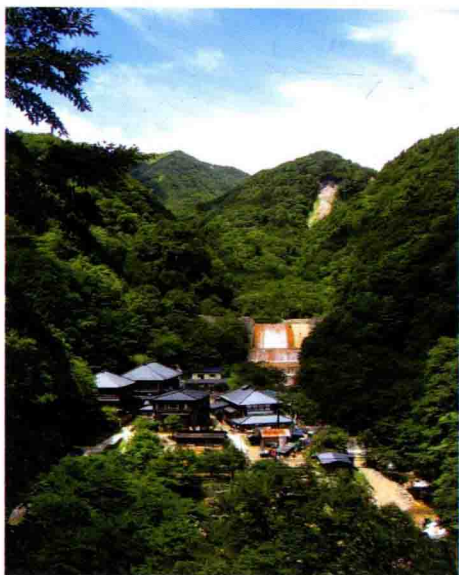
剑山（德岛县）

日本三大秘境之一

椎叶村（宫崎县）

九州岛的最南端！难道不好吗

佐多岬（鹿儿岛县）



037

038

040

044

045

046

047

048

050



CHAPTER 4 [寺庙和神社]

所谓的“正能量景点”

拜访琵琶湖的女神

竹生岛（滋贺县）

一尘不染的走廊

永平寺（福井县）

金色阶梯

金刀比罗宫（香川县）

远游栽种大杉树的街道

户隐神社（长野县）

辉煌的加贺百万石

瑞龙寺（富山县）

日本最艰辛的台阶

身延山久远寺（山梨县）

世界级水平的优美身姿

熊野摩崖佛（大分县）

在日本的神话中畅游

高千穗神社（宫崎县）

051

052

056

057

058

060

061

062

064

CHAPTER 5 [日本的集市]

比世界遗产有趣？！

日本最大的金枪鱼市

那智胜浦的早市（和歌山县）

想吃美味的螃蟹？

函馆早市（北海道）

秋刀鱼25条1000日元！

那珂湊鱼市（茨城县）

卖鱼的老奶奶每天都在

胜浦早市（千叶县）

心甘情愿上当受骗

轮岛早市（石川县）

日本也是亚洲的一员

糸满市公立市场（冲绳县）

周日光临露天集市

高知周日集市（高知县）



065

066

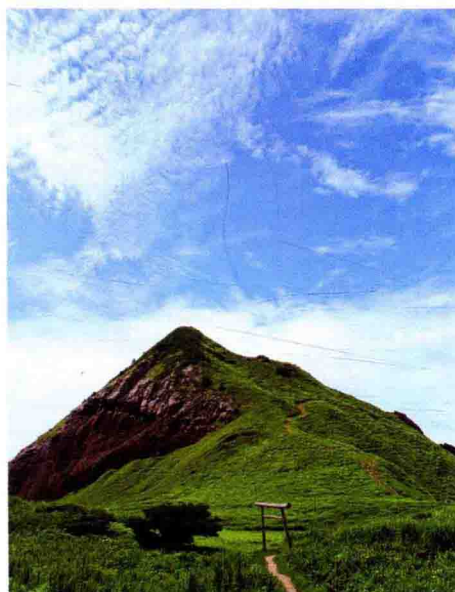
069

070

072

073

074



CHAPTER 6 [日本诸岛]

有海、有山、有人文

游泳、学习、跳舞，成人的暑假

佐渡岛（新潟县）

这就是日本的小秘境！

隐岐（岛根县）

能看到邻国的地方

对马（长崎县）

日本最美的沙滩

五岛列岛（长崎县）

败军之将惨度余生50年的地方

八丈岛（东京都）

冲绳创世之神降临之地

久高岛（冲绳县）

漂浮在濑户内海上的岛屿

小豆岛（香川县）

专栏：现代艺术的主题之旅——现代艺术

077

078

082

084

086

088

089

090

092

CHAPTER 7 [异国氛围]

在日本感受异国的情调

格列佛漫游奇境

东武世界广场（栃木县）

从地球的另一端款款而来

大泉巴西村（群馬县）

好似蓝色清真寺

东京清真寺（东京都）

好似芬兰的姆明谷

朝阳儿童森林公园（埼玉县）

莎娃迪卡

泰国寺院（千叶县）

一天之内环游世界

国立民族学博物馆（大阪府）

比新大久保更像韩国？

鹤桥（大阪府）



093

094

096

097

098

099



CHAPTER 8 [感受春意]

收集绘画明信片般的美景 103

移居到海边的花海 104

房总半岛采花（千叶县）

从朴实中感受素雅 110

偕乐园（茨城县）

春天来到你的身边 111

秩父芝樱丘（埼玉县）

濑户内海的花咲山 112

伯方岛（爱媛县）

樱花盛开的季节更美丽 114

松本城（长野县）

日本最古老的樱花 115

山高神代樱（山梨县）

骑车去寻找春天 116

伊良湖（爱知县）

专栏：其他主题之旅——花之旅 118

CHAPTER 9 [雪景]

不畏严寒之旅

外表温暖内心火热

横手冰雪节（秋田县）

极寒之地

鄂霍次克的浮冰（北海道）

冬天的节日

札幌冰雪节（北海道）

冰雪成为现代艺术

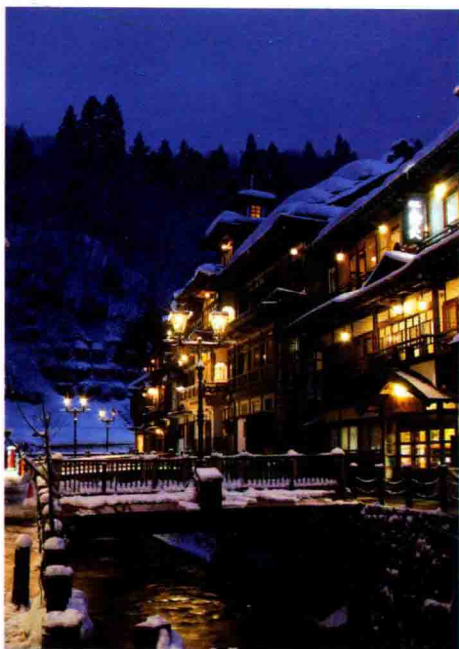
猪苗代湖的飞沫冰花（福島县）

树上的雾凇

藏王雾凇（山形县）

巨大的冰雪窗帘

白川冰柱群（长野县）



119

120

122

124

125

126

128



CHAPTER 10 [海港城市]

激发出旅行的念头

从家到海边只需零秒！

伊根的舟屋（京都府）

港湾的烟花巷

御手洗（广岛县）

豪华的海滨度假村

下田（静冈县）

军港之美

佐世保（长崎县）

海港城市全球化的历史

口之津港（长崎县）

怀古之地的渊源

门司港（福岡县）

妖怪之乡

境港（鸟取县）

专栏：其他主题之旅——动漫胜地之旅

129

130

134

136

138

140

142

143

144

CHAPTER 11 [不可思议的名所]

值得珍视的珍奇景点

欢迎来到猫岛

田代岛（宫崎县）

翻滚前进

会津海螺堂（福島县）

宏伟的景观

牛久大佛（茨城县）

欢迎来到宗教世界

五色园（爱知县）

正直站立？

养老天命反转地（岐阜县）

令人称奇的狸猫之路

信乐（滋贺县）

145

146

148

149

150

151

152



CHAPTER 12 [独特的地形]

探索地球的奥秘

153

露出尖牙的山峰形状

154

云仙·旧大野木厂小学受灾校舍（长崎县）

宛如极乐净土

156

净土滨（岩手县）

凹凸的山峰中火红的枫叶

157

妙义山（群馬县）

超越想象的愉快

158

东寻坊（福井县）

岩石中的巨大牡蛎

159

笹川流（新潟县）

曾经感动手冢治虫的火山

160

昭和新山（北海道）

专栏：其他主题之旅——自行车之旅

164

CHAPTER 13 [水族馆]

尽情享乐之地

从悲剧中重生的环境水族馆

碧绿色的福岛水族馆（福岛县）

白熊和乌龟

男鹿水族馆（秋田县）

来看看吉尼斯世界纪录的海蜃

鹤岗市立加茂水族馆（山形县）

为了遇见菲律宾美人鱼

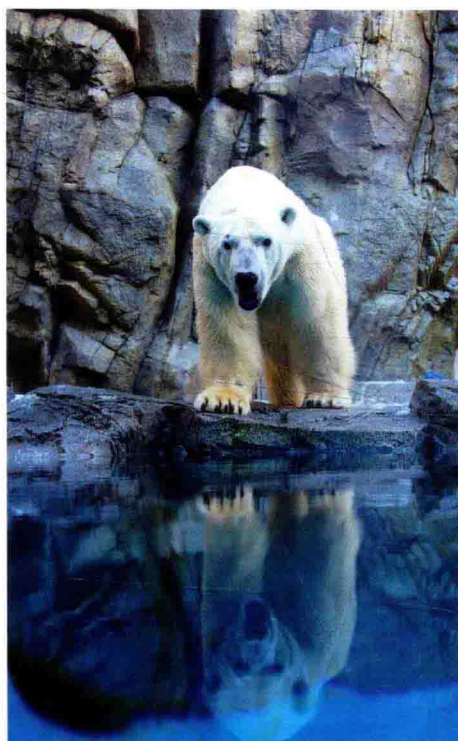
鸟羽水族馆（三重县）

与晴空树无关

墨田水族馆（东京都）

如此之多的鲨鱼

茨城大洗水族馆（茨城县）



165

166

168

170

172

174

176



CHAPTER 14 [历史]

你应该了解的日本历史

什么是“岛原之乱”？

天草（熊本县）

历史剧舞台上出现的女装军团

近江八幡（滋贺县）

巨石中飘荡的异国情怀

石舞台古坟（奈良县）

浮在空中的日本“马丘比丘”

竹田城（兵库县）

好似万里长城的梯田

龙马脱藩之路（高知县）

历史剧中出现的“坂道城下町”

杵筑醋屋之坂（大分县）

来到邪马台国

吉野里历史公园（佐贺县）

结束语

177

178

182

184

185

187

188

189

190

【日】吉田友和 松冈绘里 著 杨凡 译

此生必去的 95个日本秘境



人民邮电出版社
北京

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

放眼世界，了解日本

“回到日本，好想再去国内各处看看啊。”

大约在10年前，我和丈夫吉田友和一起参加了环游世界一周的新婚旅行。旅行结束之后，在返回日本的机舱内，我们讨论着这件事情。

当时，我们用了607天的时间，环游了45个国家。在旁人的眼中，可能会被理解成“不是已经走遍世界了吗？还要去旅行？”正是因为走遍了世界，所以才对自己的祖国日本抱有了一点儿“自卑”的情绪。

想放眼看看世界——当时就像所有年轻人想的那样，我们毅然把工作辞掉，背起了旅行包，来了个说走就走的世界旅行。可是环游世界之后，我们才发现自己对日本了解得太少了。也许走过了45个不同的国家，但是没能走遍全日本的事情，多少让我们感到有一丝遗憾。而且最重要的是，周游世界之后，才更加激发了我们了解自己的祖国“日本”的这种强烈欲望。

因此我们两个人决定，只要有休息的时间，就去日本的各个地方旅行。每出行一次，我们就会发现：日本是一个令人非常震惊的、拥有美丽风景的、十分有趣的国

度。也许从来没有听说过、但可与世界级旅游胜地媲美的景点多如牛毛，数不胜数。即使不是什么著名的旅游景点，但已经登录在吉尼斯世界纪录大全中的美景也不在少数。

本书从众多景点之中挑选出了一些令人神魂颠倒、流连忘返、鲜为人知、众人都会赞不绝口的日本美景，并按照主题进行了筛选。当然，这100个景点都是我们亲自实地取材，照片也是我们亲自拍摄。正是我们的执着追求，使得本书充满了独特的韵味。在最初的选材之际，就已经把大家众所周知的世界遗产排除在外了。我们主要把精力集中放在了一般的旅游指南中没有介绍过的景点。说实话，只有我们自己真心觉得美好的景色，才会放心大胆地推荐给大家。

好啦，百闻不如一见。让我们背上行囊赶快出发吧！

——松冈绘里

为了充分享受旅行的快乐，

在日本旅行需要注意的五个要点

首先，我们整理出了一些基本的注意事项。非常正式地写出来一看，原来全是理所当然的事情，看来根本就没有必要把它想得那么难，关键是要享受旅行的快乐！大家说对吧？



1 注意旅行的季节

在日本旅行的途中，我们经常会有这样的感触：四季变化的美丽风景，正是日本旅行最大的魅力所在。正因如此，大家在来访之际，应该考虑季节的变化。最好的季节是什么时节？如果把它考虑进去安排出行计划的话，那么这次旅行就会成为一个满意度很高的旅行。本书所介绍的景点，全部标有季节性的标识。但无论怎样缜密的调查，也会存在不足和漏洞，所以它只是一个最基本的参考标准。如果大家在出行之前适当参考的话，我们会感到无比欣慰和高兴。

2 拥有充裕的时间

个人认为日本电车的发车时间非常准时。但是，意想不到的事故、恶劣天气的影响等诸多因素，致使发车时间混乱的情况也是时有发生。大城市还好一些，如果去偏远地区的话，1小时一趟电车、一天才有几趟电车的情况不少。即使是短期旅行，安排一个轻轻松松的日程表最好。另外，开私家车去的话，要及时收集道路信息。在旅游旺季，最好是提前出发，尽可能避开出行的高峰。

3 如要摄影,最好是顺光

摄影拍照也是旅行乐趣之一的观点,我是完全赞同的。我们夫妇也可以归属于这一类型。如果把摄影作为旅游的一个重点的话,对目标景点太阳光

的位置关系一定要记在心中。比如说,这里一到下午就是逆光,那么应该是上午拍照的效果最好。如果要推荐小技巧的话,大家可以利用谷歌地图的“航空照相”功能,建筑物面朝什么方向都一目了然。现在已经是非常方便的时代了。



4 穿着合适的服装

应该注意的就是,比起酷暑,我觉得更应该注意防御风寒。我们要去的地方,有时候比我们想象的要冷得多。这也是我们旅游时经常忽略的一个问题,所以绝对需要注意。出发之前,应该及时确认当地的气温状况、天气预报等信息。另外,根据地方的不同,应该选择合适的装备。如果去爬山,穿高跟鞋肯定是不合适的。总之,衣服在当地采购也是可行的,但最好还是……不说了,大家懂的。

5 即使到了当地,也要积极收集信息

旅游指南上收录了最基本的景点及信息,是非常方便的,我们也经常使用。但是,如果一味依赖它,旅行就成了一种固定化的模式,无聊无趣就在所难免。对网上的信息要灵活运用,还有一些信息来源也非常值得推荐。如果去机场、车站或者旅游咨询处等地方,不用花钱就可以领到地图、小册子。如果想去美食店,直接问酒店的工作人员或者“的哥”,也许效果更好。我认为最重要的一点就是对于各种信息要区别对待,合理使用。

目录

- 002 前言
- 004 为了充分享受旅行的快乐，
在日本旅行需要注意的五个要点

CHAPTER 1 [水源清澈干净]

再次发现日本美景之旅

The Japan! 能跳舞又能游泳的城镇

郡上八幡 (岐阜县)

请带上画笔或相机

奥入濑溪流 (青森县)

红叶盛开的多彩季节

五色沼泽 (福岛县)

养育人类的河流

四万十川 (高知县)

富士山脚的泉水

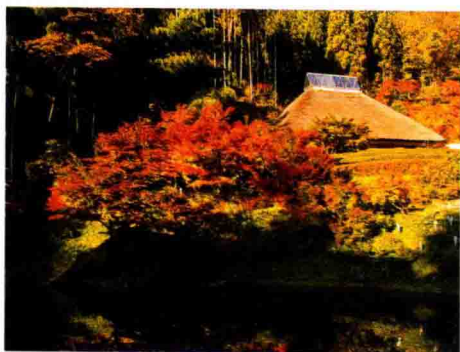
柿田川涌水群 (静冈县)

欢迎来到日本第一沙滩

宫古岛 (冲绳县)

小船流水人家

柳川 (福岡县)



推荐季节



春 夏 秋 冬

本书阅读方法

T = 吉田友和 · 执笔
E = 松冈绘里 · 执笔

主观评价 ★★★★★

(美观度) 单纯景色的美观程度
(知名度) 社会上的知名度、关心度
(好奇心) 满足了多少好奇心的程度
(人口稠密度) 指人口的多少
(车辆需求度) ★S为需要开车, ★I为不需要开车

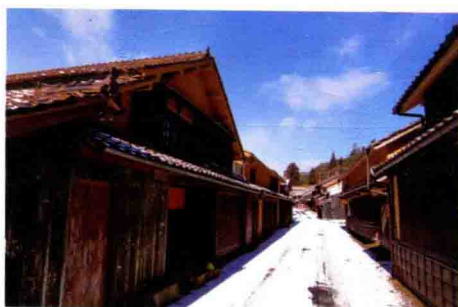
文章末的标志

013

014

018

020



022

CHAPTER 2 [近代遗迹]

最合适的关键词 就是“复古情调”

027

023

产业大国的发祥地

024

富冈制丝厂 (群馬县)

028

026

北国大地酿造的美味

030

余市威士忌蒸馏所 (北海道)

在晴朗的日子里寻访野马和灯塔

032

尻屋崎灯塔 (青森县)

日本欢迎您!

033

迎宾馆 (东京都)

从这里出发的舰队

034

旧舞鹤镇守府仓库群 (京都府)

充满神秘氛围的日本街道

吹屋 (冈山县)

036

CHAPTER 3 [日本的腹地]

走入与手机 无缘的世界

“日本的提洛尔”是真正的提洛尔吗？

远山乡（长野县）

无暇顾及出云神社的出云之旅

奥出云（岛根县）

值得收藏的秘密温泉

北温泉（栃木县）

不是樱花绽放时的赏樱名所

吉野山（奈良县）

真正的仙境

静峡（和歌山县）

诗人们的伤心马场

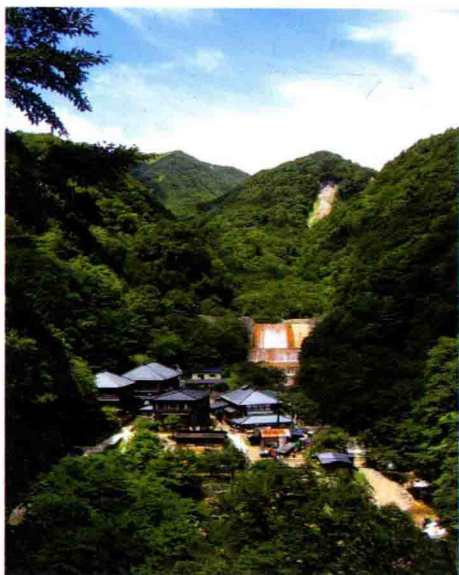
剑山（德岛县）

日本三大秘境之一

椎叶村（宫崎县）

九州岛的最南端！难道不好吗

佐多岬（鹿児島县）



037

038

040

044

045

046

047

048

050



CHAPTER 4 [寺庙和神社]

所谓的“正能量景点”

拜访琵琶湖的女神

竹生岛（滋贺县）

一尘不染的走廊

永平寺（福井县）

金色阶梯

金刀比罗宫（香川县）

远游栽种大杉树的街道

户隐神社（长野县）

辉煌的加贺百万石

瑞龙寺（富山县）

日本最艰辛的台阶

身延山久远寺（山梨县）

世界级水平的优美身姿

熊野摩崖佛（大分县）

在日本的神话中畅游

高千穗神社（宫崎县）

051

052

056

057

058

060

061

062

064